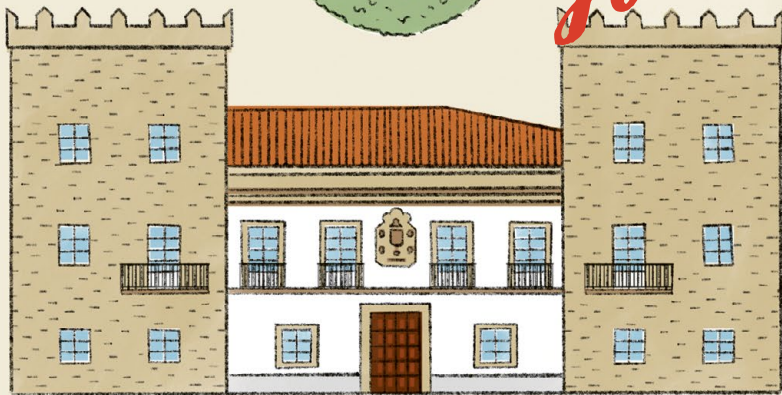


a *Nov*vida





PORQUE TE LO MERECEES



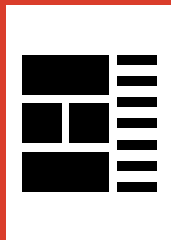
TE

REGALAMOS



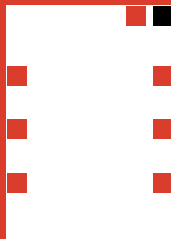
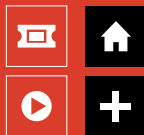
FELIZ DÍA PAPÁ

*Presenta tus tickets de compra, realizadas entre el 10 y el 15 de Marzo en el Punto de Información por un valor de 50€ o más y te regalamos una Gift Card de 20€. Los tickets deben corresponder al mismo día en el que se registran. Hasta fin de existencias.



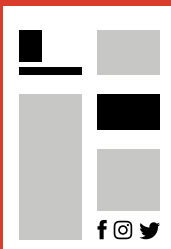
SUMARIO

Cada elemento do sumario leva á súa páxina correspondente.



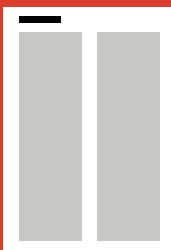
BOTÓN

Localizados nos bordos das páxinas, preme os botóns para ampliar a información, comprar entradas, ver contido audiovisual, volver ao sumario...



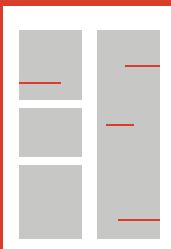
ZONAS INTERACTIVAS

Navega polas páxinas na procura das zonas interactivas (fotografías, biografías dos colaboradores, páxinas web, iconas de redes sociais, logotipos...).



BARRA SUPERIOR

Sempre vas poder volver ao inicio dun contido de varias páxinas premendo na barra superior.



LIGAZÓN

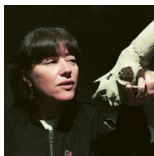
Para máis información, preme nas ligazóns dos termos subliñados en vermello.



AS QUE SINALAN A REALIDADE

Chegas cedo e sentas no tren. O arrollo do motor dálle ao vagón un aire de entresoño e desconectas da choiva e da muller sentada ao teu carón co seu abrigo mollado. Tras dos vidros, o tren da vía contigua comeza a desprazarse e vai quedando atrás. Tes a certeza de que te moves, aínda que, se prestases atención, notarías o proer desa intuición que che fai desconfiar. Volves mirar cara a fóra. Algo non cadra. A muller do abrigo percibe a túa estrañeza e sorrí: «Non é o noso tren o que se move. É o outro». Tardas aínda uns segundos en decatarte. Sorrís á señora: «Como nos engana o cerebro», dis. Sénteste parva.

As mulleres vítimas de violencia son moitas veces esa moza do tren á que os sentidos descolocan, ás que o patriarcado lles trampea a realidade como nun truco de ilusionismo. Nin sequera todas as violencias son tan evidentes como a física. Outras baséanse en movementos sutís e non chaman aínda a atención da maior parte da sociedade. E dá igual o lista que sexas ou o que andases pola vida. Pode pasarche a ti tamén. Dende dentro da cela de cristal, é difícil percibir a cela. Tes que escoitar moitas veces a palabra para comezar a notar as súas cadeas. Para iso cómpre o feminismo: un exército de mulleres que as sinalen e nomeen. Alguén que non deixe que nin nese momento nin nunca te sintas parva.

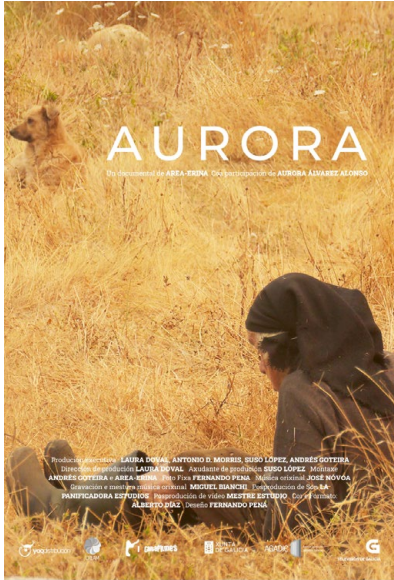


María Lado

Escritora



AREA ERINA presenta o venres 7 nos Multicines Norte *Aurora*, o seu primeiro documental de longa duración, unha viaxe antropolóxica ao interior de Galicia sen cribas que suavicen a dureza do rural.



A XORNALISTA VIGUESA Guada Guerra estréase como escritora con *Las cosas que nos pasan* (Plaza y Janés), unha novela xeracional que presenta o luns 11 no Club Faro de Vigo na compañía de **Rafa Valero**.

O CINE GALEGO vístese de gala o sábado 15 coa XXIII edición dos Premios Mestre Mateo, que este ano se celebran en Lalín. *Rapa*, *As Neves* e *Honeymoon* son os traballos audiovisuais que contan con máis candidaturas. A cerimonia, dirixida pola coreógrafa **Marta Alonso**, conta con banda sonora de **Baiuca** e con **Teté Delgado** como presentadora.

por Xurxo Martínez González

NÓS TAMÉN XOHANA

A palabra de orde: *Nós tamén navegar*. Así marcha o feminismo polas rúas de Vigo, con paso firme, sabedoras do seu dereito a reclamálo todo. Esta cidade en espiral énchese de *manifas* como nutrición da conciencia cívica. Sentimos san orgullo por esta marca da casa porque nos sobran motivos de loita.

Xohana Torres escribiu «Penélope», poema parto dos versos usados como lema. Léase o texto completo e ábrase a fiestra a outros libros de tan calada autora. A escritora do Vigo de *Adiós, María* en emigración a Francia, arcos sobre o Sena e edificios en bulevares que tornan á vida na posguerra grazas a moitas mans galegas; o *Adiós, María* do Vigo dos extintos tranvías no asfalto asombrado por fachadas modernistas roubadas a nós por culpa do canibalismo urbanístico. Pro ademais de escritora, Xohana foi locutora de radio con voz vitoriosa. Gañou sona como dicidora de versos en contextos distintos: nas Festas Minervais da lóbrega USC franquista ou na viveza da homenaxe a Cunqueiro no derrubado Hotel Samil, fronte ás eternamente libérrimas augas atlánticas, Cies mediante e Lugrís, sempre!

Xohana falaba no programa radiofónico *Raíz e Tempo*, emitido en La Voz de Vigo grazas á asociación cultural que padecía represión franquista. Os primeiros minutos de lingua galega nas ondas desde 1936. A súa dicción quedou entre nós como a súa letra. Xohana, poeta e voz, voz e poeta.



Esther F. Carrodegua

Dramaturga e creadora

«AÍNDA QUE DEA PREGUIZA, TEMOS QUE PARAR OS CHISTES MACHISTAS»

HAI POUCO MÁIS DUNHA DÉCADA que

Esther Fernández Carrodegua (Rianxo, 1979) decidiu dedicarse ao teatro de maneira profesional. Hoxe en día é codirectora en Butacazero, unha das compañías galegas máis exitosas. A de Rianxo viviu durante longos períodos na nosa cidade e formouse na Escola Superior de Arte Dramática (ESAD), onde quedamos para esta entrevista, na que, como é habitual nela, rebordou expresividade e humor.

Es actriz e dramaturga. En cal das facetas te sentes máis cómoda?

Son actriz, dramaturga, directora e empresaria, que a maioría das semanas é o que máis ocupa o meu tempo. Eu síntome creadora. Sempre digo que non son actriz, pero é verdade que teño que deixar de dicilo porque son unha das persoas que máis xira por Galicia. O que pasa é que en case todos estes proxectos eu fago de min mesma, non fago ningunha personaxe, non hai unha construción.

Comentabas que tamén es empresaria, xunto a Xavier Castiñeira creaches Butacazero. Que tal levas este traballo?

Foi un proceso longo e un pouco pesado entender que non queda máis remedio ca ser empresaria polo funcionamento do sistema teatral en Galicia. Todas as redes de distribución —a da Deputación da Coruña, a da Deputación de Pontevedra ou a Rede Galega de Teatros e Auditorios— esixen que sexas autónoma ou empresa. A AGADIC entende que isto é unha industria e, por tanto, esíxenos sermos empresarias e termos unha forma fiscal que pretendemos que te fagas rica, porque a forma fiscal de

empresa o único que significa é que ti queres facer pasta, cando non é o obxectivo da maioría das compañías galegas. O que queremos é traballar no que nos gusta, contar cousas, desenvolver cultura, ideas e proxectos culturais. Queremos sobrevivir, pero non nos interesa repartir dividendos a final de ano.

No resto do Estado tamén é así?

Penso que en España si que funciona así, pero Portugal ten un sistema totalmente diferente e as compañías de teatro si que poden ser asociacións sen rendemento económico. Aquí, para obter unha subvención, un dos puntos chamados «obxectivos» que se valoran é a facturación. Non se premia que teñas feito cousas guais, que traballases coa cidadanía ou que desenvolveses proxectos de inclusividade. É un sistema garantista no que é moi difícil entrar. Para min é unha escravitude da economía e do popular porque, para seguir na roda, non podes facer cousas experimentais ou alternativas.

Cres que a cultura non debería responder á lóxica do mercado?

Hai proxectos mainstream, proxectos moi comerciais e proxectos experimentais, e todos deberían poder convivir. Porén, se eu desenvolvese as subvencións, apoiaría precisamente as menos comerciais, porque sería a maneira de que puidesen estar nos teatros. Se subvencionas o mainstream, fortaleces o tecido industrial, pero non fas nada polo ancheamento da cultura.

Escanea o código QR para ler a entrevista completa en amovida.gal





**«Facer cartos non
é o obxectivo da maioría
das compañías galegas»**



**«O teatro en Vigo
non crece por
falta de espazos»**






As mulleres do pazo

O PAZO DE CASTRELOS é un depósito da historia de Vigo que alberga contos das familias que viviron entre as súas paredes e deron forma ao seu carácter. Este mes de marzo celebramos o centenario da doazón do pazo á cidade por parte de **Fernando Quiñones de León Elduayen**, marqués de Alcedo. **Johan Tavares**, **Fernando Quiñones de León** e **Policarpo Sanz** son os antropónimos máis asociados ao pazo, pero quen foron as mulleres que o habitaron?

A historia da casa comeza cun nome de muller: **Benita Núñez Bullón**. A historiadora da arte **Beatriz Liz de Cea** conta que Benita é fundamental para a orixe do pazo, aínda que os relatos convencionais a miúdo a omiten da narrativa. Benita era a dona dos terreos, e foi a través do seu matrimonio co portugués Johan Tavares (quen si aparece nos libros de historia) como se puido construír en 1665 a casa señorial no lugar que ata entón ocupaba unha torre defensiva. Nun primeiro momento esa casa, que constaba dunha única torre, foi coñecida como pazo de Lavandeira, topónimo da zona.

Do mesmo xeito que Benita foi crucial para a existencia do pazo pero borrada da historia transmitida, ao longo de catro séculos existiron outras mulleres que habitaron o senlleiro edificio e lle deron forma. En 1834 o pazo cambiou de mans e pasou da familia Tavares aos marqueses de Valladares. A marquesa, **Joaquina Montenegro y Ponte**, foi a persoa que o habitou durante máis tempo, polo que deixou unha pegada indeleble no edificio. Ela, como todos os Valladares do século XIX, vivía no pazo da Oliva e tiña Castrelos como a súa residencia de verán e lugar de celebracións. «Na época, a distancia entre ambos os domicilios era o suficientemente grande como para considerala unha viaxe, pois Vigo era só a parte amurallada», sinala Liz de Cea. A historia de Joaquina tena ben estudada

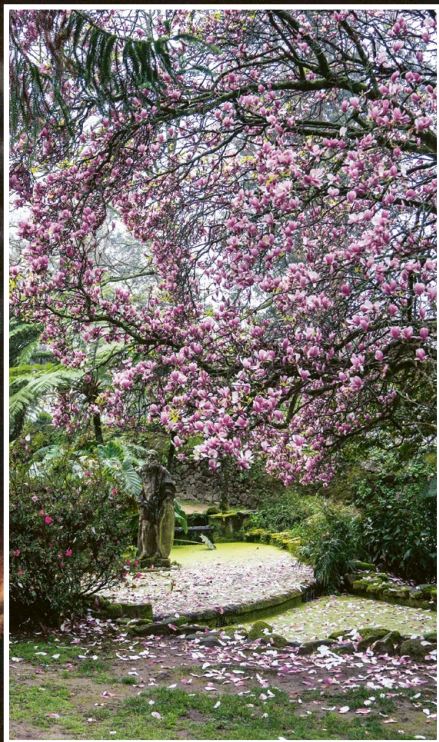


Ignacio Pérez-Blanco Pernas, actual marqués de Valladares, historiador e biógrafo da súa familia, quen conta que se trataba dunha muller «bondadosa, caritativa e moi preocupada polas xentes necesitadas». Joaquina foi quen fixo popular a denominación «Finca da Marquesa», pois habitualmente abría os xardíns ao pobo, especialmente aos nenos de clases populares, pois «desfrutaba véndoos xogar arredor do charariz do xardín francés e ofrecía doces da veciña confeitaría Arias». Un daqueles nenos era o seu neto Juan Ramón, avó de Ignacio. Dela tamén se conta que creou a súa propia untura, a cal se seguiu comercializando despois da súa morte nunha farmacia de Castrelos co nome de «ungüento da marquesa».

[...]

Escanea o código QR para acceder á reportaxe completa en amovida.gal





« **P**ese a que os sinais do museo indican ‘Colección de Policarpo Sanz’ era Yrene Ceballos, e non Policarpo, quen posuía a verdadeira sensibilidade artística»

*Beatriz Liz de Cea,
historiadora da arte e comisaria independente*



Mesturas

Recuncho doce ao estilo de Nova York

DESDE HAI ANO E MEDIO, ao inicio da rúa Fragoso recende a galletas acabadas de facer. Se unha segue o rastro guiada polo olfacto, acabará na porta dunha pastelería especializada en doces artesáns estadounidenses, **MESTURAS**. Este templo da larpeirada é o negocio de **Patricia Martins**, quen, tras formarse en repostería en Italia e España, apostou por emprender o seu propio camiño. Foi ao ver en Instagram as galletas da famosa pastelería Levain Bakery de Manhattan cando Patricia decidiu especializarse nese produto. Estas galletas, coñecidas como *cookies* ao estilo de Nova York, teñen varias características que as fan irresistibles: un tamaño xeneroso e unha forma redondeada, alta e gorda; un exterior levemente dourado, pero un interior tenro e manteigoso, pois, a diferenza das galletas máis planas, estas teñen un punto de cocción que as deixa lixeiramente crúas por dentro. Outra das particularidades é que a masa contén unha parte importante de manteiga, o que as fai melosas, sabedeiras e moi fragrantés. Ademais, acostuman estar recheas de chocolate ou de crema de froitos secos. Esta combinación de texturas e sabores fixo destas *cookies* un éxito en todo o mundo, e Mesturas non é unha excepción.



Patricia fixo dúcias de probas e axustes ata que o sabor a convenceu por completo e o seu produto se vía idéntico ao que observaba na pantalla. Nun inicio, perfeccionou tres sabores: o tradicional de chocolate con leite, o de pistacho e o de cacao ao 70 %, este último o favorito da panadeira. Hoxe en día nesta pastelería atopamos quince variedades, das que se venden catrocentas unidades a diario.



Ademais das súas famosas galletas, Mesturas ofrece outras larpeiradas como os *crookies*, un doce parisiense que tamén está a vivir o seu momento de gloria nas redes sociais e que une o mellor do croissant e das *cookies*: trátase dun croissant recheo de dúas galletas e crema de diferentes sabores, como pistacho, Filipinos, chocolate con leite ou Lotus. Así mesmo, elaboran unhas tortas de queixo ás que chaman Cremosiñas e que se caracterizan por unha textura cremosa e un sabor delicado. Na vitrina tamén atopamos *brownie*, *brownie* con Cremosiña e rolos de canela. Todos os seus produtos poden encargarse para levar e degustalos nas nosas celebracións.

→ Avenida do Fragoso, 1
→ 722 40 18 46 → [@mesturass](https://www.instagram.com/mesturass)

#GPS15

Volve Girando por Salas, o circuío de músicas populares concibido para facilitar a artistas emerxentes unha xira de concertos en salas máis alá da súa propia comunidade autónoma. Nesta décimo quinta edición, 22 bandas xirarán entre febreiro e maio por todo o Estado.

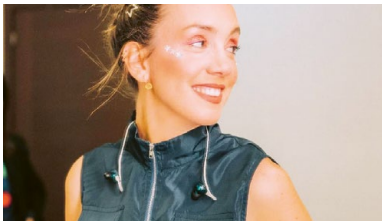
DIAGNÓSTICO BINARIO



Forza, enerxía e sensibilidade é o que define esta banda de Elx. Con letras profundas e emocionais conectan coa audiencia a través de temas reflexivos e experiencias propias. O seu son caracterízase por unha mestura de melodías orgánicas e ritmos de rock coa que crean unha atmosfera única nun potente directo.

- **Gustaranche se che gustan:** Supersubmarina, Izal e Arde Bogotá
- **Data e hora:** sábado 15 de marzo ás 21:00 h
- **Lugar:** sala Supersonic
- **Prezo:** 10,00 € anticipada / 12,00 € na billeteira

CARMESÍ



No 2023 esta cantautora murciana con formación de conservatorio rachou coa idea de artista elegante e correcta para sorprendernos con temas de pop urbano bailable e aberto. O obxectivo do seu directo é engadir á emoción das cancións, o carácter próximo e ata cómico da artista.

- **Gustaranche se che gustan:** Zahara, Rigoberta Bandini, Merino, Amaia, La Bien Querida, Chica Sobresalto, Natalia Lacunza e Miss Caffaina
- **Data e hora:** venres 4 de abril ás 21:00 h
- **Lugar:** sala La Pecera
- **Prezo:** 10,00 € anticipada / 12,00 € billeteira

EL NIDO



As cancións deste grupo parten dos sons e ritmos da música tradicional de Castela e León, como procura de orientación e identidade nun presente cada vez máis acelerado e convulso. Os seus temas soan a praza de aldea e pan-deireta, desde un punto de vista plenamente contemporáneo. Nesta xira presentan o seu segundo traballo, *La Constancia*.

- **Gustaranche se che gustan:** Rodrigo Cuevas, La M.O.D.A. e Maestro Espada
- **Data e hora:** domingo 13 de abril ás 18:30 h
- **Lugar:** sala Rebullón
- **Prezo:** 8,00 € anticipada / 10,00 € billeteira

CERÁMICA CON ESMERO

María Granja é unha alacantina establecida en Vigo que hai seis anos lle deu unha oportunidade á cerámica e sentiu un amor a primeira vista. O que empezou como unha afección converteuse na súa paixón, polo que María decidiu deixar o seu traballo na hostalería para emprender en solitario e centrarse en **TIKISMIKIS**, a súa marca de cerámica feita á man.



A pulcritude e o esmero son o selo persoal de María, tal como indica o nome da súa marca. Tikismikis traballa con encargos a demanda, como as vaixelas personalizadas para fogares e restaurantes. Mensaxes como «Nos tenemos a

nosotras» ou a receita do típico biscoito da avoa poden decorar a nosa mesa grazas ás mans e á orixinalidade de María. No catálogo da marca non hai dúas pezas iguais, xa que o proceso de creación de cada unha delas é totalmente artesanal. Se, ademais de investir en cerámica atemporal e única, queremos probar a crear coas nosas mans, María imparte talleres e clases mensuais en lugares da cidade como o Taller Arterial. Decora a túa mesa e o teu fogar coa arte de Tikismikis e non dubides en iniciarte na cerámica, quizais namores ti tamén!



→ [@tikismikisartesania](https://www.instagram.com/tikismikisartesania)

**KIKI
MORENTE**
GIRA
ALABAMA

22 MARZO 2025
TEATRO PRINCIPAL PONTEVEDRA
Entradas en [ataquilla.com](https://www.ataquilla.com)





UNA MADRE DE PELÍCULA

DOMINGO 9
TEATRO AFUNDACIÓN

Nesta comedia protagonizada por **Toni Acosta** abórdase o síndrome do niño baleiro en clave de humor.

→ 19:30 h → Desde 16,90 €



AS R-H-UMOROSAS

SÁBADO 15
AUDITORIO MUNICIPAL DO CONCELLO

Carmen Méndez, Marta Dovirot e Leticia Sola dan a coñecer, entre rumor e humor, mulleres ilustres galegas que ben merecen ter unha rúa co seu nome.

→ 20:00 h → Desde 8,00 €



ANASTACIA

DOMINGO 16 AUDITORIO MAR DE VIGO

Primeira actuación da artista norteamericana en terras galegas nos seus 25 anos de carreira, que celebra coa xira *Not That Kind*.

→ 19:00 h → Desde 48,00 €



MENTES PELIGROSAS

SÁBADO 22
AUDITORIO MAR DE VIGO

Catro das cómicas máis destacadas do panorama nacional actual, **Ana Morgade, Carolina Iglesias, Henar Álvarez e Lalachus**, únense para celebraren a risa.

→ 18:00 h e 21:00 h → Desde 32,00 €



LÚA MOSQUETERA

SÁBADO 22 TEATRO SALESIANOS

Espectáculo de *spoken word* no que, segundo a propia autora, duran máis as presentacións dos poemas ca os propios poemas.

→ 20:30 h → Desde 12,60 €



LAS PASCUALAS

SÁBADO 22 SALA ÁRTIKA

Florencia Mazzone e Helena Benito combinan o grotesco, o *clown* e o absurdo para ofreceren unha mirada fresca e desenfadada desde a Patagonia argentina.

→ 20:30 h → Desde 11,00 €

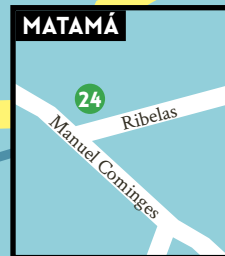


NA AXENDA DE AMOVIDA.GAL
PODES CONSULTAR ESTES E OUTROS
MOITOS EVENTOS EN VIGO.



LOCAIS RECOMENDADOS

-  CAFÉS
-  COMERCIO
-  CONCERTOS
-  COPAS
-  ESPECTÁCULOS
-  FORMACIÓN
-  GASTRO
-  PEQUERRECHOS





- 1 **A CASA DE ARRIBA** *Martín Códax, 23*
- 2 **A MORADA** *Enrique Mañas, 6*
- 3 **ALBATROS** *Peirao de Transatlánticos, s/n*
- 4 **ÁRTIKA** *Beiramar, 113*
- 5 **ATÍPICO CIRCO** *Carrasqueira, s/n*
- 6 **CAIXA DE RITMOS** *Canellón dos Caños, 9*
- 7 **CAÑAVERAL** *Porta do Sol, 6*
- 8 **DOPPLER, SALA** *Martín Códax, 21*
- 9 **EL TRIGAL, PANADERÍA**
Alexandre Bóveda, 1 e A Sede do Celta: Príncipe, 44
- 10 **FELICETTA GUALTIERI** *Alfonso XIII, 9*
- 11 **FLAMINGOS VINTAGE KILO** *Doutor Cadaval, 21*
- 12 **GALERÍA MARACA** *Doutor Cadaval, 12*
- 13 **KENGURU** *Avenida do Rebullón, 22 - Mos*
- 14 **KIDS & US** *Xirona, 8 e Urzaiz, 108*
- 15 **LACONTENEDORA** *Eduardo Iglesias, 11*
- 16 **LA TITA RIVERA** *Praza de Compostela, 17*
- 17 **LE MARCHÉ DE RACHEL** *Carral, 15*
- 18 **LIBROURO** *Eduardo Iglesias, 12*
- 19 **MAGIA EN LA MANGA** *Ferrería, 11*
- 20 **MÁIS PALÁ** *Manuel Núñez, 18*
- 21 **MAPIS** *Pizarro, 47*
- 22 **MORRIÑA SHOP** *Praza da Pedra, 5*
- 23 **MUTA** *Joaquín Loriga, 9*
- 24 **O LAR DAS ARTES** *Ribelas, 60*
- 25 **PRIMAVERA, BAR** *Ronda de Don Bosco, 17*
- 26 **PURO DELIRIO** *Teófilo Llorente, 43*
- 27 **RATALOKA TATTOO** *Camelias, 22*
- 28 **REBULLÓN, SALA** *Avenida do Rebullón, 23 - Mos*
- 29 **SALA KOMINSKY** *Irmandiños, 3*
- 30 **SR. NILSSON** *Triunfo, 2*
- 31 **THE MONK PUB** *Serafín Avendaño, 12*
- 32 **VAIDHĚ** *Carral, 7*
- 33 **VITRUVIA** *Praza de Compostela, 5*
- 34 **WOODTOWN** *Camelias, 20*

→ Para máis info sobre os locais recomendados visita amovida.gal/locais-recomendados



Sacar a lingua de viaxe

Alemanología

DESDE AS AULAS UNIVERSITARIAS

en Venezuela ata a creación dunha comunidade global en liña, a historia de Alemanología é un exemplo de como a paixón, a experiencia persoal e a capacidade de adaptación poden converter nun proxecto educativo de éxito. Fundada por **Jorge Rey**, un venezolano establecido en Vigo, Alemanología posicionouse como unha proposta innovadora e deseñada para hispanofalantes que queiran aprender alemán.



Tras unha breve tempada en Barcelona, Jorge recalou en Alemaña con moita ilusión pero sen o máis mínimo coñecemento do idioma. Co obxectivo de continuar os seus estudos superiores, enfrontouse ao reto de aprender alemán desde cero nun ano. Durante este proceso, experimentou diversas metodoloxías de aprendizaxe, o que lle permitiu identificar o que funcionaba e o que non, así como desenvolver os seus propios hábitos de estudo. Con todo, a burocracia frustrou os seus plans universitarios, pero levouno a explorar o mundo do emprendemento dixital con Alemanología.

En 2020 arrancou o proxecto, inicialmente como unha páxina web e unha conta de Instagram nas que compartía consellos para aprender a lingua teutoa. O seu enfoque afastouse do tradicional e apostou por un contido colorido, ameno, con pouco texto e moitas imaxes, buscando desmitificar a idea de que o alemán é un idioma difícil e aburrido. A resposta do público non se fixo esperar e, a medida que a comunidade crecía, Jorge comezou a ofrecer clases en liña. A demanda aumentou axiña e Jorge profesionalizou o seu sistema, con grupos de traballo estables, leccións gratuítas todos os xoves, cursos de iniciación pregravados, material propio e varios empregados, entre os que se atopan dúas profesoras bilingües para impartir os niveis máis avanzados. Na actualidade conta con máis de 70 alumnos en diferentes países e máis de 27.000 seguidores en Instagram.

O éxito de Alemanología reside no seu método de ensino, que se basea na proximidade, a personalización e a comparación entre o alemán e o español. Este profesor preocúpase polo progreso de cada estudante, pois ofrece un seguimento individualizado e case diario cun material adaptado ás necesidades das persoas hispanofalantes. Tamén axuda a preparar os exames oficiais sen necesidade de acudir aos propios centros, moito máis caros e cun sistema menos personalizado. As clases gratuítas que imparte cada xoves son, segundo el mesmo afirma, a porta de entrada ao seu método de ensino para aquelas persoas que teñan dúbidas sobre se contratar algún dos cursos de pago. A pesar de non ser nativo alemán, Jorge soubo compensar esta «carencia» con proximidade, dedicación e un xeito innovador de dar clase.

→ 675 06 17 72 (WhatsApp)

→ alemanologia.com → [@alemanologia](https://www.instagram.com/alemanologia)



Se un dos nosos propósitos de ano novo é aprender ou perfeccionar un idioma e aínda non comezamos, non pasa nada, estamos a tempo. Aquí temos algunhas das mellores opcións para sacar a lingua de viaxe.

LINGUAMANIA

TRAS VIR A VIGO DE ERASMUS e volver ao ano seguinte xa como lectora da universidade, a francesa **Alexandra Lainé** iniciou Linguamania en 2005. Desde os inicios, a academia enfócase en ofrecer a empresas clases de idiomas, incluídos inglés, francés, alemán e italiano. A intérprete decidiu abrir o servizo a toda a cidadanía e, co tempo, especializouse tamén no ensino de español para estranxeiros. A este respecto, Linguamania busca familias de acollida en Vigo para estudantes foráneos, que polo xeral veñen por períodos curtos e desexan aloxarse con persoas nativas que falen español e estean dispostas a compartir a cultura local con eles.

A maiores dos idiomas xa amentados, tamén imparten xaponés e portugués, sempre con profesorado nativo ou bilingüe. Oriéntanse ao público adulto e adolescente que estea a preparar algún exame oficial. As clases poden ser presenciais ou en liña, tanto individuais como en grupos reducidos, sempre adaptadas ás necesidades do alumnado. Ademais dos cursos regulares, Linguamania organiza talleres de conversación en inglés, francés e español no bar La Rosa Negra desde hai quince anos, así como de español para estranxeiros en La Contenedora.



→ Rúa do Príncipe, 49, 2.º dereita → 986 11 32 38
 → [@linguamania_language_school](https://www.instagram.com/linguamania_language_school)
 → info@linguamania.es

OTR VIAXES EDUCATIVAS

DESDE 2005, da man de **Matthew Newton** e **Elena Romero**, Over The Rainbow (OTR) dedícase a impulsar a aprendizaxe de linguas e o desenvolvemento persoal a través de experiencias internacionais. Desde a Porta do Sol, esta axencia de viaxes de nome cinematográfico ofrece estancias educativas por todo o mundo: cursos de idiomas, campamentos de verán e programas de ano escolar no estranxeiro, dirixidos a nenos, mozos e adultos.

OTR distínguese polo seu asesoramento personalizado para axudar aos clientes a atopar o programa que mellor se adapte ás súas necesidades; desde unha semana a un ou varios anos. Ofrecen estadias en Alemaña, Australia, Canadá, Os Estados Unidos, O Reino Unido, Irlanda, Francia, Malta, Italia, Marrocos, Sudáfrica, Nova Zelanda, Xapón e Portugal. A variedade de servizos abarca desde campamentos de verán con cursos de idiomas ata programas de inmersión sen clases, pasando por estancias de ano escolar completo (ESO, bacharelato e graos universitarios) e formacións para profesionais e empresas. Para quen busca unha experiencia máis aló dos cursos tradicionais, OTR organiza viaxes en grupo con cursos de idiomas e programas de voluntariado.



→ Porta do Sol, 10 → 986 24 61 41 e 654 22 23 22
 → cursoenelextranjero.com → [@otr_idiomasviajes](https://www.instagram.com/otr_idiomasviajes)



A CASA DE ARRIBA

Rúa de Martín Códax, 23

Sábado 1 → 21:30 h → 8,00 € → **Alberto Rodriguez Quartet**

Martes 4 → 21:15 h → 6,00 € → **Fernández Patiño Meirinhos + Jam session**

Xoves 6 → 21:30 h → 6,00 € → **Jam in Blue**

Martes 11 → 21:15 h → 6,00 € → **Brais Lorenzo Trio + Jam session**

Venres 14 → 21:30 h → 5,00 € → **Frying Luras**

Sábado 15 → 21:30 h → 8,00 € → **Cora**

Xoves 20 → 21:30 h → 6,00 € → **Jam in Blue**

Martes 25 → 21:15 h → 6,00 € → **Diego Alonso Quartet + Jam session**

Venres 28 → 21:30 h → 7,00 € → **Nicolás Pastoriza**

Sábado 29 → 21:30 h → 7,00 € → **Dúo Emigrante**

O LAR DAS ARTES

Rúa das Ribelas, 60, baixo esquerda

Sábados 1, 8, 15, 22 e 29 → 21:30 h → **Gratis → Ousmane**

Xoves 6, 13, 20 e 27 → 20:30 → **Gratis → A Jam das Artes**

Venres 7, 14, 21 e 28 → 21:30 h → **Gratis → Alberto Cunha**

Domingo 2 → 12:30 h → 4,00 € (con consumición) → **Alféizar**

Domingo 9 → 12:30 h // 4,00 € (con consumición) → **El Cuarto de Tula**

Domingo 16 → 12:30 h → 4,00 € (con consumición) → **Antifragil**

Domingo 30 → 12:30 h → 4,00 € (con consumición) → **CanSenDono**

VITRUVIA

Praza de Compostela, 5

Xoves 6 → 20:30 h → 14,00 € → **Bas Buteel**

Xoves 20 → 20:30 h → 14,00 € → **Sunil López Trío**

KOMINSKY

Rúa dos Irmandiños, 3

Xoves 13 → 22:00 h → **Fritanga Sessions**

Venres 14 → 21:00 h → 8,00 € / 10,00 € → **Playa Desmayo + Vloom**

Sábado 15 → 21:30 h → 10,00 € / 13,00 € → **Igmig**

Venres 28 → 21:30 h → 10,00 € → **Eondry + Karma Animal**

REBULLÓN

Avenida do Rebullón, 23. Tameiga, Mos

Venres 7 → 20:00 h → 12,00 € / 15,00 € → **Festival Bembrive en Pé: Zurrumalla, Os Residuos Atractivas e Orquestra Neverloura**

Venres 14 → 20:00 h → 15,00 € / 20,00 € → **Metalokolypse Fest: Indar + Septiembre Negro + Aquelarre + Youcanthide + Void's Legion**

Sábado 15 → 21:30 h → 10,00 € / 14,00 € → **Eris Mackenzie**

Venres 21 → 22:00 h → **Sheila Patricia**

Sábado 22 → 20:00 h → 8,00 € / 12,00 € → **El Pony Pisador + O Sonoro Maxin**

THE MONK PUB

Rúa de Serafin Avendaño, 12

Sábado 1 → 21:30 h → Billeiteira inversa → **Galkan**

Venres 7 → 21:30 h → Billeiteira inversa → **Xosé Liz e Antón Lago + Foliada**

Sábado 8 → 21:30 h → **Gratis → Loraños Feliz XXXV**

Sábado 15 → 21:30 h → Billeiteira inversa → **San Patricio con Skivrilisband + Sesión aberta**

Luns 17 → 18:00 h → **Gratis → St. Patrick's Day**

**NA AXENDA DE AMOVIDA.GAL
PODES CONSULTAR ESTES E OUTROS
MOITOS CONCERTOS EN VIGO.**

A EMIGRACIÓN SEN NOSTALXIAS



«Eu, pola contra, non hei volver. Do UK nunca quixen volver. En realidade, ninguén quere». **Eva Moreda** fala da emigración na obra *O raposo na fronde*, pero fuxindo do sentimentalismo, tal e como xa fixera noutras obras anteriores, caso de *Para toda a vida* ou *A veiga é como un tempo distinto*. Diría máis ben que o seu estilo se define por estar a cabalo entre a sensibilidade e a crueza, pois fala de cousas duras e moitas veces tristes pero faino con sentimento e escapando sempre dos tópicos.

→ *O raposo na fronde* → Eva Moreda → Morgante → 84 páxinas

CALADIÑAS NON ESTAMOS MÁIS GUAPAS



María Xosé Porteiro é unha das grandes feministas galegas e pioneira nas reivindicacións pola igualdade. Tenente de alcalde do Concello de Vigo, creou a primeira Concellería de Igualdade da cidade. Xornalista de profesión, nos últimos anos publicou diversas novelas e recentemente sorprendeunos con *As benfaladas*, un ensaio incluído na colección Feminismos de Galaxia. Nel recupera as voces das mulleres que ao longo da historia quixeron fuxir desa idea patriarcal de que caladiñas estamos máis guapas para berrar ben alto.

→ *As benfaladas* → María Xosé Porteiro → Galaxia → 196 páxinas

A MEMORIA DA TERRA



Se hoxe somos o que somos é grazas ás mans das persoas que viñeron antes. Penso isto sempre e máis logo de ler *Uma história pequena da Galiza rural* (1939-1982), unha obra miúda en tamaño pero moi grande no que conta: as loitas sociais, o valor da terra, o desmantelamento do rural por parte dos poderes que non entenden nada... **Alba Díaz Geadá** reconstrúe todo iso a través dos testemuños de persoas que viviron ao longo deses anos e que son a nosa memoria.

→ *Uma histórica pequena da Galiza rural* → Alba Díaz Geadá → Através → 81 páxinas



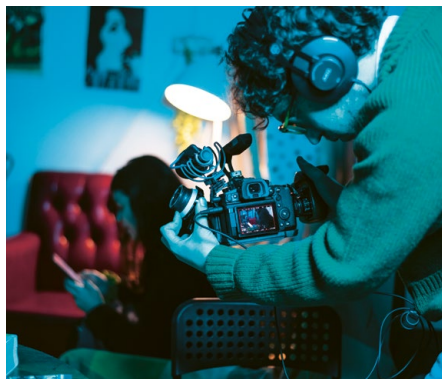
#PuroDeleite

ACT Galicia

A canteira de intérpretes do noso audiovisual

Hai sete anos que abriu as súas portas en Vigo **ACT GALICIA**, a única escola de interpretación da cidade orientada ao audiovisual. No seu amplo local da rúa Barcelona acollen cursos e obradoiros para grandes, pequenos e profesionais do sector, coa Diplomatura Anual de Formación en Interpretación e Casting en Cine e TV como a xoia da coroa. Esta formación anual de oito horas semanais recoméndase para quen xa teña estudos de interpretación e queira afondar no mundo audiovisual, pero tamén para quen se queira iniciar ante a cámara. Na actualidade contan con máis de oitenta estudantes regulares divididos en oito grupos. A diferenza doutros lugares de formación, aquí todo o profesorado compaxina o labor docente co traballo no sector audiovisual. Isto fai que o alumnado estea en contacto con guionistas e profesionais da dirección, da dirección de *casting* e da produción, e que mesmo poida chegar a participar nalgunha das súas obras. Este foi o caso de **Aïcha Villaverde**, exalumna da diplomatura e, agora, protagonista da serie de Netflix *Ni una más*.

Isto cóntanolo, cheo de orgullo, **David Alonso**, o responsable da escola e mestre de expresión corporal, ademais de actor. O de Aïcha non é o único caso: **Uxía Macías** coprotagonizou a curta *Corre, Adela* xunto con **Fernando Tejero**, e tamén saíu do centro parte do elenco da webserie *Picariños*, da Televisión de Galicia, e da película *As liñas descontinuas*, de **Anxos Fazáns**. A propia Anxos é unha das profesoras recorrentes de ACT. Outros profesionais que dan clases ou realizan obradoiros puntuais son **Álvaro Gago**, **Carlos Sedes**, **Conchi Iglesias**, **Blanca Javaloy**, **Jazmín Abuín**, **Melania Cruz** ou **Juana Martínez**.



Ao estar enfocada ao audiovisual, a maioría dos ensaios e prácticas filmanse con cámaras profesionais. Deste xeito, habitúan o alumnado a perderlle o medo a eses «electrodomésticos», en palabras de David, que tanto impoñen as primeiras veces. A de Vigo é unha das dúas sedes de ACT. A outra, en Madrid, conta xa cunha dilatada traxectoria, e o seu fundador, o actor **Manu Hernández**, creou hai pouco xunto coa directora de *casting* **Marga Rodríguez** a axencia El Faro Representación. Seguro que terán moi en conta o talento da sede viguesa á hora de elaborar a súa carteira de intérpretes.



→ Rúa de Barcelona, 22, local interior
→ 644 63 09 42 → [@act.galicia](https://www.act.galicia)



Festa da Reconquista

Volve a festa máis multitudinaria da cidade, a través da cal retrocedemos ata 1809 para conmemorarmos como os vinguéses foron quen de expulsar o exército de Napoleón.

CALENDARIO

- Sábado 22 ás 20:00 h
Destitución da corporación municipal
- Domingo 23
Saída do exército napoleónico polo Casco Vello
- Martes 25 ás 10:00 h
A Reconquistiña
- Venres 28 e sábado 29, de 11:00 h a 23:30 h, e domingo 30, de 11:00 h a 21:00 h
Mercado da Reconquista
- Domingo 30 ás 18:00 h
Representación da Reconquista da vila de Vigo

O DATO

A Reconquista é un evento creado hai máis de tres décadas pola veciñanza do Casco Vello, que ano tras ano foi medrando ata converterse, en 2019, en festa de interese turístico nacional. Desde a organización animan a acudir vestidos de época para conseguir o maior realismo posible!

axenda

VIALIA

- * Sábado 1 ás 17:30 h. O mundo do circo. Gratis.
- * Luns 3 ás 17:30 h. Festa de Entroido con pasarela de disfraces. Gratis.
- * Sábado 8 ás 17:30 h. Pepa a loba. Gratis.
- * Martes 11 ás 17:30 h. Xincana de Vialia. Gratis.
- * Sábado 15 ás 17:30 h. As palabras perdidas. Gratis.
- * Martes 18 ás 17:30 h. Obradoiro do Día do Pai. Gratis.
- * Sábado 22 ás 17:30 h. Soñando inventei. Gratis.
- * Martes 25 ás 17:30 h. Costura creativa. Gratis.
- * Sábado 29 ás 17:30 h. Todotrucazos. Gratis.

MAGIA EN LA MANGA

- * Domingo 2 ás 12:00 h. Taller de iniciación á maxia, vol. 4. 10,00 €. A partir dos 6 anos.
- * Martes 4 ás 18:00 h. Maxia especial Entroido. 10,00 €. A partir dos 6 anos.
- * Sábado 15 ás 18:00 h. Maxia, misterios e outras historias. 10,00 €. A partir dos 6 anos.
- * Domingo 16 ás 12:00 h. Taller de iniciación á maxia, vol. 5. 10,00 €. A partir dos 6 anos.

THE KING'S SERVANT

Co afán de espallar a aprendizaxe da lingua anglosaxoa entre a cativada, Kids&Us organiza estes contacontos en inglés.

- Sábado 8
- A Pita Cega
- Gratis
- De 1 a 3 anos

ATÍPICO CIRCO

Un espazo de diversión e aprendizaxe para poñer a proba as habelencias de cadaquén con exercicios de acrobacia, equilibrio e malabares.

- * Sábado 8 ás 10:30 h no CEIP da Carrasqueira. Baby Circus en familia. 15,00 € (familia).
- * Sábados 8 e 22 ás 12:00 h no CEIP da Carrasqueira. Circo en familia. 25,00 € (un adulto e un neno).





CABICIVAI

Espectáculo sobre rodas: unha bicicleta, un Kamishibai e tres caixóns dos que pode saír calquera cousa.

- Venres 14 ás 18:00 h
- Biblioteca Xosé Neira Vilas
- Gratis
- A partir dos 3 anos

CÍRCULO DE BORDADORAS

Nesta actividade as persoas adultas desenvolvemos a creatividade ao tempo que as pequerrechas se divirten. É posible continuar un proxecto xa iniciado ou comezar un desde cero.

- Domingo 16 ás 10:00 h
- Ciudad Aventura
- 15,00 €
- Adultos acompañados de nenos

ROSALÍA, A PULGA QUE ESCRIBÍA

Galitooon continúa coa súa constante experimentación nesta nova peza na que se emprega o teatro de xoguetes.

- Domingo 16 ás 18:00 h
- Auditorio Municipal de Vigo
- 5,00 €

CARAPUCHIÑA NO FAIADO

Teatro en el Andamio fai unha versión deste conto clásico a través da historia de Flora e Bruno, que mesturan os seus conflitos persoais coa historia de Carapuchiña e o lobo feroz.

- Sábado 22 e domingo 23 ás 18:00 h
- Sala Ártika
- Desde 9,00 €



THE GRUFFALO

Cóntase a historia dun ratiño que, para se protexer, inventa unha criatura chamada Gruffalo. Contacontos en inglés sobre a diversidade e a inclusión cunha pequena actividade manual relacionada coas emocións.

- Sábado 29 ás 12:00 h
- Biblioteca Juan Compañel
- Gratis
- A partir dos 4 anos

JORGE PARDO TRÍO

en VIGO con BANDOLERO & MELÓN JIMÉNEZ

12 DE ABRIL 20:00h

TEATRO SALESIANOS

ENTRADAS EN GIGLON.COM

ENTRADAS



Desde 25€





MERCADO RECICLADO



Edición especial de segunda man e vintage coa que se quere reivindicar a loita das mulleres do sector téxtil que o 8 de marzo de 1857 saíron á rúa para exixir que se cumprisen os seus dereitos laborais.

- Sábado 8 de 12:00 h a 22:00 h e domingo 9 de 16:00 h a 21:00 h
- Simia Coworking → Gratis

SWING ON THE RECORD



Escoita activa dun disco de jazz con introdución de Carlos Tomico.

- Venres 14 ás 20:00 h
- Caixa de Rítmicos
- Gratis

OUTONO. A MULLER SEN NOME



Presentación do libro de Paula Castro acompañada dunha *performance*.

- Martes 18 ás 19:00 h
- A Morada
- Gratis

PURO DELIRIO



Os pallasos invaden o restaurante máis delirante do casco vello para ofrecer espectáculos de circo familiar durante o día e de circo dos horrores á noite.

- A partir do xoves 20
- Puro Delirio
- Varios

TEATRO GORRILLA



Nova oportunidade de coñecer este proxecto autoxestionado e alternativo que leva as artes escénicas a espazos non convencionais.

- Sábado 22 de 18:00 h a 23:00 h
- Tinta Negra, Cantina Candela, A Casa de Arriba, Sala Kominsky e Arco da Vella
- Caixa inversa

VARIETÉS, VARIETÉS



Maika e Laika, unha extraterrestre de Koo-meán e unha cadela rusa astronauta, presentan un programa da televisión cheo de sketches, probas, música e un fantástico premio para o equipo gañador.

- Sábado 29 ás 22:30 h
- Sala Kominsky
- 8,00 €



MACARENA WAR



A décima edición da batalla de baile máis crápula da cidade está inspirada nos anos noventa e nos dous mil.

- Sábado 22 ás 00:00 h
- Mondo Club
- 5,00 €

Motiños

A cidade sobre rodas

Vivimos na cidade do Estado con maior número de motos per cápita. Malia iso, tivemos que agardar ata o pasado mes de setembro para poder gozar dun servizo de moto compartida semellante ao que leva anos existindo en lugares como Madrid, Barcelona, Valencia ou Sevilla. **MOTIÑOS** naceu do convencemento de **Ricardo Rodríguez** de que unha cidade como a nosa precisaba un sistema de transporte rápido, económico e sostible. Na actualidade contan cunha frota de cincuenta motos eléctricas e unhas cinco mil persoas xa descargaron no móbil a aplicación deste servizo de *motosharing*.



Foto: Lago

Natural de Valdeorras, este empresario leva desde neno ligado ao mundo do motor, dado que o seu pai rexentaba o taller Motos Julio, na súa vila natal. Despois de anos vivindo en Vigo, lanzouse á aventura de crear a súa propia empresa, ao experimentar en primeira persoa a necesidade de moverse de forma rápida: «Esta é unha cidade moi complicada para o transporte. É moi extensa, hai moito tráfico, hai pouco espazo onde estacionar e cada vez queremos chegar máis rápido aos sitios». Tras facer un estudo de mercado, en setembro de 2023 tomou a decisión de crear o primeiro servizo

de moto compartida en Vigo; un ano despois, unha trintena de motiños comezaron a circular pola cidade.

O funcionamento é sinxelo e o único requisito que debemos cumprir é ter o carné de conducir. Só temos que descargar a aplicación no teléfono móbil e crear un perfil, no que introduciremos os nosos datos persoais e un método de pago. Nun período de 24 horas Ricardo e o seu equipo validarán o perfil e xa poderemos saír pola nosa motiño. A propia aplicación sinala en tempo real onde se localiza o vehículo máis próximo, que podemos reservar durante quince minutos. Unha vez que prememos o botón de *play* no teléfono, a moto acéndese e podemos comezar o noso percorrido urbano. Se a rapidez é o principal beneficio que destaca o creador desta iniciativa, o prezo é o segundo: «Ofrecemos unhas tarifas moi accesibles, que van desde os 0,25 euros por minuto, e o usuario aforra todos os gastos que implica ter un vehículo en propiedade». Outra das vantaxes que ofrece o servizo é a opción de poñer en pausa a motocicleta mentres facemos un recado; desta maneira non perdemos o noso vehículo e durante ese tempo só nos cobran un terzo da tarifa. Ao chegarmos ao final do traxecto, só queda estacionar a nosa motiño nas zonas marcadas en verde na propia aplicación. Na actualidade, o trazado abarca desde Balaídos ata Teis, pero Ricardo confía en poder ir ampliando espazos segundo medre o número de usuarios: «A xente de Navia e Bouzas agradece moito a nosa proposta porque agora pode chegar ao centro en menos de dez minutos». Polo de pronto, o emprendedor xa ten pensado dar servizo no Vao e en Samil durante os meses de verán para que poidamos sacar o máximo partido aos días de sol e praia.

→ motiñosvigo.es → @motinos.gal



Globalingua

Tradución profesional para conectarse co mundo

Fundada en Vigo en 2013, **GLOBALINGUA** é unha empresa especializada en xestionar proxectos multilingües e resolver os problemas lingüísticos da súa clientela en calquera contexto ou soporte. Traballan cunha rede de profesionais nativos expertos en cada unha das linguas e sectores e ofrecen un servizo especializado nas áreas da tradución xurídica, financeira, biosanitaria, audiovisual e de márketing.

Entre os seus servizos destaca a tradución a múltiples idiomas de catálogos e documentos corporativos, informes para organismos internacionais, sitios web e tendas en liña, así como a interpretación en eventos e a substitución de curtametraxes, incluídos os subtítulos descritivos para persoas xordas en galego. En Globalingua non só se encargan de traducir o contido, senón que tamén o adaptan culturalmente para evitar erros que poidan afectar á reputación da marca ou á recepción da mensaxe en diferentes mercados. Traballan tanto para pequenas empresas como para grandes firmas como Husqvarna, Nestlé, Siemens, Puma ou Sony. Teñen oficinas en Vigo e na Coruña e o seu obxectivo para os próximos anos é contribuír á prosperidade rexional e consolidarse como a empresa de solucións lingüísticas de referencia para as compañías galegas. **Nahir Lourenco**, cofundadora e directora de Globalingua, explica que unha boa tradución e un asesoramento adecuado poden ser claves no proceso de internacionalización das empresas galegas.

Lourenco reconece que o maior reto nos últimos anos para Globalingua foi adaptarse ás transformacións que impulsan as novas tecnoloxías á velocidade que esixe neste momento



o sector. Ela ten claro que, lonxe de ser unha ameaza, a intelixencia artificial representa unha grande oportunidade ao permitir deseñar solucións innovadoras e que, combinándoa co talento humano, poden ofrecerse respostas personalizadas ás necesidades de grandes e pequenos clientes. Para manterse ao día coas últimas tendencias do sector, a empresa está a investir continuamente en formación, programas e estruturas tecnolóxicas. Con todo, non se esquecen de que as persoas son as que marcan a diferenza. Os xestores de proxectos especializados do equipo de Globalingua establecen unha relación honesta cos seus clientes, avalían as súas necesidades concretas e axúdanlles a conseguir as súas metas noutros mercados.



→ Rúa do Progreso, 36, 3.º B → 886 12 42 34
→ [@globalinguatranslation](https://www.globalinguatranslation.com)



CHORIPAIN, OH LÀ LÀ!



DENIS CARBALLÁS

@deniscarbattoon

Universidade de Vigo

Participa! Envía a túa obra (fotografía, ilustración, poema, relato, viñeta etc.) a revista@amovida.gal
Consulta as bases en amovida.gal/as-tuas-movidas



Cando volves?
RÍAS BAIXAS



Deputación
Pontevedra



Rías Baixas